

緑区保健センターからのお知らせ(申込み・問合せ: ☎712・1200 FAX 712・1279)

- ・対象は、原則緑区内在住の方です。
- ・各母子保健教室の参加は、お子さん一人に対し1回のみです。
- ・会場名がない事業は、緑区役所3階保健センターが会場です。
- ・申込方法等の質問や、育児相談は、電話などでも行っています。

電子申請 申込はこちらから



- ・事業名を検索してお申し込みください。
- ・電子申請受付終了後は電話でお問い合わせください。

区HP



◀事業の最新状況はこちら
からご確認ください。

こども家庭センター みどり
(妊娠・出産包括支援担当)
☎712・1201(直通)

母子保健相談員(保健師・助産師等)が母子健康手帳の交付や面接を行います。
予約方法や、持ち物などの詳細は、ホームページでご確認ください。
※美園コミュニティセンターにも出張窓口を開設しています。日程はホームページでご確認ください。

ホームページ▶



	事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
母子保健	パパママ教室 24組(先着順)	3/8(土) 9:15 ~ 11:50	妊娠・出産・育児について学ぶ	出産予定日が令和7年4月12日～ 8月9日の初産婦とパートナー等	2/5(水) 9:00 ~
	離乳食教室 24人(先着順)	3/14(金) 13:30 ~ 15:00	離乳食とお口のケアの基本について学ぶ	令和6年10月・11月 生まれの赤ちゃんの保護者	
	むし歯予防教室 各12組(先着順)	3/4(火) 10:15 ~ 11:00 3/12(水) 10:15 ~ 11:00 会場: 美園コミュニティセンター(美園)	むし歯予防のために、規則的な食生活 や歯みがき習慣を学ぶ	令和5年10月～令和6年5月 生まれのお子さんと保護者	
	育児相談(乳児)	2/13(木) 13:30 ~ 14:30	身長・体重測定、保健師・管理栄養士・ 歯科衛生士などによる相談	1歳未満の赤ちゃんと保護者	
					当日、 直接会場へ
成人保健	健康相談	平日(月曜～金曜) 9:00 ~ 16:00	保健師・管理栄養士・歯科衛生士 による個別の健康相談	事前にお問い合わせください。	

市電子申請・届出サービス

乳幼児健康診査・歯科健康診査を受診しましょう

乳幼児健康診査・幼児歯科健康診査はお済みですか？お子さんの健やかな育ちのためにも受診をしましょう。

案内、健診票は郵送で自宅に届きます。対象年齢になってもお手元に届かない場合は区保健センターへお問い合わせください。



健診	対象年齢
4か月児健康診査	4か月～6か月になる前日
10か月児健康診査	10か月～1歳になる前日
1歳6か月児健康診査	1歳6か月～2歳になる前日
1歳6か月児歯科健康診査	
3歳児健康診査	3歳6か月～4歳になる前日
3歳児歯科健康診査	3歳～4歳になる前日

プラステン
「おうちで+10超リフレッシュ体操」で活動時間を増やしましょう

寒さで家にこもりがちになると身体活動量が減り、肥満や生活習慣病などを引き起こしやすくなります。
おうちでできる「おうちで+10超リフレッシュ体操」で活動時間を少しずつ増やしてみましょう♪

「おうちで+10超リフレッシュ体操」の効果

- ①がん予防
- ②生活習慣病予防
- ③ロコモティブシンドローム・認知症予防
- ④脂肪燃焼



▲体操の動画はこちらから
出典:厚生労働省ホームページ

子どもの歯ブラシによる事故に気を付けましょう

むし歯予防のために歯みがきは大切な生活習慣のひとつですが、歯みがき中に歯ブラシをくわえたまま転倒したり、ぶつかったりして、のどを突く事故が起きています。次のことに注意しましょう。

- ・お子さん自身が歯ブラシを持ってみがくときは、座らせて、大人が目を見守る。
- ・歯みがき時以外は、歯ブラシを持たせない。
- ・歯ブラシは、お子さんの手の届かないところに置く。



歯ブラシがのどに刺さる事故▶
出典:消費者庁ホームページ



お知らせコーナー

- ・申込みの記載のないものは、申込み不要です。
- ・費用の記載がないものは、無料です。

図書館

※2月の休館日 東浦和図書館・美園図書館 3月、10月、17月、26水

東浦和図書館 ☎875・9977 ファク875・9687
美園図書館 ☎764・9610 ファク764・9622

事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
東浦和 あかちゃんおはなし会	2/18火 ①10:00～10:30 ②11:00～11:30	絵本の読み聞かせ、手あそびなど ※各回の内容は同じです。	対象:0～2歳児と保護者 定員:各5組(先着順) 申込み:2/10月の9時～電話で同館へ
	2/21金 14:30～16:00	学芸員の解説を聞きながら地図をなぞって、赤山道について学ぶ	対象:中学生以上 定員:15人(先着順) 申込み:2/4火の9時～生涯学習情報システムで受付
美園 あかちゃんおはなし会	2/20木 ①10:00～10:30 ②11:00～11:30	絵本の読み聞かせ、手あそびなど (語り手/保育ボランティアひまわり) ※各回の内容は同じです。	対象:0～2歳児と保護者 定員:各7組(先着順) 申込み:2/13木の9時～電話で受付

移動図書館

ステーション名	2月	時間
井沼方公園(東浦和)	25日火	11:00～11:40
原前公園(三室)		14:40～15:30

大宮西部図書館 ☎664・4946 ファク667・7715

※雨天の場合は中止となります。
※駐車場はありません。

市図書館ホームページ▶



公民館

大古里公民館 ☎810・4155 ファク810・4156 三室公民館 ☎・ファク873・2594
尾間木公民館 ☎873・4993 ファク873・4998 原山公民館 ☎・ファク882・8321 美園公民館 ☎・ファク878・0515

事業名	日時	内容	その他
尾間木 ひだまり文庫	2/22土 ①10:00～10:30 ②10:45～11:15	絵本・児童書の「読み聴かせ」と貸し出し、紙芝居など ※各回の内容は異なります。両方に参加可能です。	対象:乳幼児と保護者、小学生
美園 ローズマリー スプリングコンサート	3/10月 10:00～11:30	ローズマリーバンドによるジャズや 懐かしい名曲の演奏	対象:どなたでも※美園公民館地域の方が優先 定員:70人(先着順) 申込み:2/13木の9時～3/5水の開館時間内に、電話、FAX、又は直接同館へ

コミュニティセンター

美園コミュニティセンター ☎764・8810 ファク764・9310

事業名	日時	会場	内容
美園 地域を巡る作品展	2/1土～27木	8:30～21:30	美園コミュニティセンター
		10:00～21:00	イオンモール浦和美園
		5:00～24:00	浦和美園駅

美園・大門・野田小学校と美園教育相談室の児童による
絵画作品などの展示
※各会場の展示作品は入れ替わります。なお、作品入れ替えのため、2/9日・18火・27木は16時までです。

児童センター

※2月の休館日:11祝、23祝、24休、27木

尾間木児童センター ☎711・4182 ファク711・4183

事業名	日時	内容	対象
尾間木 プチタイム 「発達相談」	2/7金 10:30～12:00	専門職員によるお子さんの発達に関する相談	対象:2歳以上の幼児と保護者 必須:お子さん同伴
ファミリータイム	毎月土・日、祝日 (休館日は除く) 12:00～13:00	家族でボールやバドミントンなど 体を動かして遊ぶ	対象:①幼児と保護者 ②幼児と小中高生と保護者 ※予約制となっています。 当日、来館時に受け付けしてください。

駐車監視員の巡回地域(区域)が一部変更になります

3月1日から、駐車監視員の巡回する地域(区域)が一部変更となります。詳細は県警ホームページをご覧ください。浦和東警察署へお問い合わせください。

運転者が車両から離れてただちに運転できない状況にあるときは、駐車していた時間にかかわらず放置駐車車両とみなされます。交通ルールを守って、交通事故防止にご協力をお願いします。

問合せ/浦和東警察署交通課 ☎712・0110

浦和レッズホームタウン活動

「このゆびとまれっず! × 赤い羽根」募金活動

浦和レッズが地域課題の解決を目指して取り組む活動『このゆびとまれっず!』として、赤い羽根とコラボしたマグネットを製作しホームゲームで募金活動を行いました。

ファン・サポーターの皆さんからお預りした募金は、グッズ製作費と埼玉県共同募金会への一部寄附を除き『このゆびとまれっず!』の活動に使用させていただきます。

本活動は、今後もたくさんの方々のご協力・ご支援を募りながら、活動の輪を広げていきたいと考えています。

問合せ/浦和レッズ ☎812・1001 ファク840・5503 @REDSHOMETOWN



赤い羽根とコラボしたマグネット

